



## **Darmkrebs – Aktiv werden für bessere Heilungschancen**

**München. Seit mehr als zehn Jahren ist der März der Darmkrebsmonat. Durch verschiedene Aktionen soll die Bevölkerung auf das Thema und die Bedeutung von Vorsorgeuntersuchungen aufmerksam gemacht werden. Denn Darmkrebs ist die häufigste Krebserkrankung und die zweithäufigste Krebstodesursache in Deutschland. Und das, obwohl er nahezu vollständig heilbar ist, wenn er rechtzeitig entdeckt wird. Da am Anfang jedoch keine oder keine eindeutigen Symptome auftreten, sind Vorsorgeuntersuchen lebenswichtig.**

**Betriebliche Darmkrebsvorsorge:** Unzureichende Informationen über die Vermeidbarkeit von Darmkrebs und die geringe Bereitschaft, Vorsorgeuntersuchungen wahrzunehmen, sind die Hauptgründe für die hohe Sterblichkeitsrate. Gerade Aktionen in Unternehmen motivieren zur Teilnahme an Untersuchungen zur Früherkennung und informieren auch den Personenkreis, der sich sonst nicht mit dem Thema auseinandersetzen würde.

- Darmkrebsvorsorgeaktionen in Unternehmen umfassen Informationen zu Darmkrebs, Risikofaktoren und Symptomen sowie die Möglichkeit, einen Stuhlbluttest durchführen zu lassen. Dabei wird der Stuhl auf verborgenes Blut untersucht.
- Vorstand beziehungsweise Geschäftsführung müssen zwingend hinter der Vorsorgeaktion stehen und das auch innerhalb des Unternehmens deutlich kommunizieren. Nur so lassen sich die Mitarbeiter zur Teilnahme motivieren.
- Der betriebsärztliche Dienst ist mit der organisatorischen Abwicklung der Stuhlbluttests betraut. Die Mitarbeiter werden von ihm über das Angebot informiert. Sie können einen Test anfordern, ihn zu Hause durchführen und anschließend an das Labor weiterleiten. Dieses übermittelt die Ergebnisse später wiederum an den Mitarbeiter, der im Fall eines positiven Befunds vom Betriebsarzt betreut und gegebenenfalls an den Hausarzt vermittelt werden kann.
- Idealerweise ist die Vorsorgeaktion in ein komplettes Gesundheitskonzept eingebunden. In diesem Rahmen kann die Untersuchung zur Früherkennung von Darmkrebs mit anderen Checks zum Beispiel für Diabetes, Herz-Kreislauf, Augen etc. kombiniert werden. Dies hat sowohl auf die Teilnehmerzahl als auch auf die Kosten-Nutzen-Relation einen positiven Einfluss.

- Darmkrebsvorsorge im Unternehmen ist mit kleinem Aufwand und geringen Kosten realisierbar, ist aber eine Investition, die sich lohnt. Zum einen als soziale Leistung und somit als Wertschätzung für die Mitarbeiter, denn das Interesse am Wohlbefinden der Arbeitnehmer steigert ihre Motivation. Zum anderen amortisiert sich die Ausgabe, weil künftigen Ausfalltagen entgegen gewirkt wird.
- Für den Erfolg der Aktion ist es wichtig, dass innerhalb des Unternehmens alle Kommunikationskanäle genutzt werden. Darüber werden die Mitarbeiter aufmerksam gemacht und zur Teilnahme motiviert. Auch begleitende Aktionen, wie die Einbindung der Kantine mit gesunden, ballaststoffreichen Gerichten können das Interesse am Thema vergrößern.
- Zudem muss kommuniziert werden, dass völlige Anonymität herrscht und alle medizinischen Ergebnisse der ärztlichen Schweigepflicht unterliegen. Weder die Unternehmensleitung noch ein Vorgesetzter erhalten Informationen zu den Testergebnissen.
- Wird die Vorsorgeaktion auch für die Öffentlichkeitsarbeit genutzt, kann sie sich positiv auf das Image des Unternehmens auswirken.
- Für die Planung und Durchführung einer Darmkrebsvorsorgeaktion können sich Unternehmen auch Unterstützung von außen holen. Zum Beispiel kann das betriebsärztliche Angebot zur Darmkrebsprävention von TÜV SÜD in Anspruch genommen werden.

**Risikofaktoren und Vorsorge:** Je nach persönlichem Lebenswandel, gesundheitlicher Situation und familiärer Veranlagung hat jeder ein individuelles Risiko, an Darmkrebs zu erkranken. Dementsprechend sollten Untersuchungen zur Früherkennung genutzt werden.

- Prinzipiell nimmt das Erkrankungsrisiko für jeden mit dem Alter zu. Ein Grund, warum die gesetzliche Krankenkasse ab dem 51. Lebensjahr einen jährlichen Test auf verborgenes Blut im Stuhl bezahlt. Ab einem Alter von 55 Jahren wird eine Darmspiegelung übernommen, die in einem Abstand von zehn Jahren wiederholt werden kann.
- Auch die individuelle Lebensweise kann das Risiko für Darmkrebs erhöhen. Dies ist der Fall, wenn man sich wenig bewegt, raucht, Übergewicht hat, übermäßig Alkohol konsumiert oder sich falsch ernährt – also viel Fleisch und tierische Fette aber wenig Obst, Gemüse und andere ballaststoffreiche Lebensmittel zu sich nimmt.
- Daneben sind Vorerkrankungen wie Typ 2-Diabetes oder schwere Entzündungen der Dickdarmschleimhaut große Risikofaktoren. So haben an Typ 2-Diabetes erkrankte Personen ein dreifach höheres Risiko, an Darmkrebs zu erkranken. Zudem wächst ein Tumor bei Betroffenen

durch das Insulin aggressiver und führt unerkannt schneller zum Tod. Vorsorgeuntersuchungen für diese Risikogruppe sind daher besonders wichtig.

- Es gibt allerdings auch ein genetisches Darmkrebsrisiko. Wenn nahe Verwandte an Darmkrebs oder Darmpolypen erkrankt sind, besteht ein erhöhtes Risiko in der Familie. In diesem Fall wird empfohlen, dass die direkten Angehörigen zehn Jahre vor dem Erkrankungsalter des Betroffenen eine Darmspiegelung machen lassen. Bei Risikogruppen oder Verdacht auf eine Darmkrebserkrankung wird die Untersuchung auch von der Krankenkasse übernommen.

**Auffällige Anzeichen:** Die im Folgenden aufgezählten Symptome können harmlose Ursachen haben. Es kann aber auch sein, dass es erste Hinweise auf eine Darmkrebserkrankung sind. Daher sollten sie auf jeden Fall von einem Arzt untersucht werden.

- Plötzlicher Durchfall oder Verstopfung – oder beides im Wechsel. Dies kann die Folge einer Irritation des Darms durch einen Tumor sein.
- Krampfartige Bauchschmerzen
- Wiederholt einsetzender zwingender Stuhltrieb – häufig ohne anschließende Stuhlentleerung
- Blässe und Blutarmut. Sie können die Folge einer längeren leichten Blutung des Darms sein.
- Blut im Stuhl
- Gewichtsverlust und Kräfteverfall. Dann ist die Krebserkrankung aber schon weiter ausgebreitet.

Weitere Informationen für Medien zum Thema Gesundheit und Betriebliches Gesundheitsmanagement gibt es im Internet unter [www.tuev-sued.de/presse/BGM](http://www.tuev-sued.de/presse/BGM) oder unter [www.tuev-sued.de/mt](http://www.tuev-sued.de/mt).

**Presse-Kontakt:**

|  |   |
|--|---|
| Heidi Atzler<br>TÜV SÜD AG<br>Unternehmenskommunikation - ZERTIFIZIERUNG<br>Westendstraße 199, 80686 München | Tel. +49 (0) 89 / 57 91 – 29 35<br>Fax +49 (0) 89 / 57 91 – 22 69<br>E-Mail <a href="mailto:heidi.atzler@tuev-sued.de">heidi.atzler@tuev-sued.de</a><br>Internet <a href="http://www.tuev-sued.de/presse">www.tuev-sued.de/presse</a> |
|--|---|

**i** Die TÜV SÜD Life Service GmbH ist ein Unternehmen der TÜV SÜD Gruppe mit knapp 500 Mitarbeitern an 100 Standorten. Diese bieten umfassende Beratung und Betreuung auf allen Gebieten der Arbeitsmedizin, -sicherheit und Arbeitspsychologie an. Darüber hinaus sorgen Verkehrspsychologen und -mediziner für mehr Verkehrssicherheit und führen u.a. Medizinisch-Psychologische Untersuchungen durch.

TÜV SÜD ist ein international führender Dienstleistungskonzern mit den Strategischen Geschäftsfeldern INDUSTRIE, MOBILITÄT und ZERTIFIZIERUNG. Mehr als 16.000 Mitarbeiter sind an über 600 Standorten weltweit präsent. Die interdisziplinären Spezialistenteams sorgen für die Optimierung von Technik, Systemen und Know-how. Als Prozesspartner stärken sie die Wettbewerbsfähigkeit ihrer Kunden.